

COVER STORY
柴咲コウ

FASHION & BEAUTY MONTHLY
FRAU IN STYLE
APRIL ISSUE

FR@U アットフラウ
<http://frau-web.net>

頭もキレイなひと
[フラウ]

貼り込み別冊付録

FRAU ORGANIC
BEAUTY BOOK

VOL.1 基礎からはじめるオーガニックビューティ

4

APRIL
2013 No.450
600YEN
毎月12日発売

2013春夏ビューティ、これだけは!

ポーチには、口紅1本でいこう
今年「リアル美白」
ベースアイテム新調の正解プラン
眉毛問題2013
最小にして最大効果アイメイク
etc.

滝沢秀明
3/29写真集発売

石垣島マラソン
Report

LIVING BEAUTY
暮らすだけで
キレイになれたら!

LIVING BEAUTY I

美育生活111のアイデア

LIVING BEAUTY II

肌がキレイな人の「美食住」拝見!

LIVING BEAUTY III

忙しいのに美しい人の「ソト美容」

の中の 定番コスメ

no 111

no 90

「け毛が減り
立ち上がり
なくなった手応えが」(原)



no 91

「ヴァカンスにも
必ず持っていく
レスキュー2品」(新井)

no 92

「肌のトラブルに
くれる、
上の愛用品」(弥生)



no 93

「五感から癒され
肌も気持ちも
スッピンに」(藤本)



no 94

「厚みあるオイルに
肌包まれる
至極のクレンジング」
(読者・サラミ)

「ちふれのノンアルコール化粧水は、リーズナブルなので
ローションパックに惜しみなく」(読者・そのその)

「酵素がそのまま入っている、リビエージュのエッセンス
マスク。大阪大学の試験でも、肌の保湿効果を確認」(森田)

no 76

アサイーと豆乳

RECIPE

アサイージュース1:豆乳2

多忙な美人は、市販のものを上手にインナービューティに活用。「アサイージュースと豆乳を混ぜたドリンクが朝食代わり。これを飲み始めてからお通じがよくなったし、手軽で美味しいので続いています」(高橋)



no 77

美白美容液

RECIPE

ホホバオイル 50ml+
ヨクイニンエキス 1.5ml+
ユキノシタエキス 1ml

弥生さんは、フィットセラピーを学び、肌状態に合わせてオイルを手作り。(右から)ユキノシタエキス 20ml ¥1050、ヨクイニンエキス 20ml ¥1155/ピノア ホホバオイル 55ml ¥4700/ナチュラルオーケストラ



手作りコスメ、 美フードレシピ

no 74 ⇨ no 77

no 74

酢大豆

RECIPE

大豆500g+黒酢5カップ

「軽く煮た大豆をお酢に1週間つけたものを、一日20粒食べています。疲れにくく、太りにくい体質になるのを期待！美肌効果もあり一石二鳥」(橋本) 一世を風靡したヘルシー食材ながら、作るの意外に簡単。



no 75

ラベンダー水素

RECIPE

水素水 50ml+
ラベンダー精油 10~15滴

「真正ラベンダーの精油を良質な水に入れば、鎮静効果の高い化粧水に。ローションパックしたり、スプレーしてメイク直しに使ったり活用できます」(おかせ) 真正ラベンダー 10ml ¥6300/MYTHOS salon



お悩みレスキューチャート

no 78 ⇨ no 89

ニキビ

no 87

「ネットで泡立て、ニキビの上にしばらくのせてから洗い流すと効果てきめん」(前田) AHA リファインソープモイスター 100g ¥3990/ドクターライン

no 88

「抗炎症作用のあるシートマスクが一番。スキコンをコットンに浸して貼るか、エッセンシャルパーママスクをするのが、ニキビを鎮静させる近道」(草野)

no 89

「できてしまったら、ロースパッドを患部に塗り、小さく切ったバンドエイドを貼って就寝。朝には膿っぽいものがでて、ニキビがよくなっています」(原)

乾燥

no 84

「基本コスメはドクターケイですが、乾きを感じたらドゥ・ラ・メルを重ねます。クリームオンクリームでヴェールを作ると、ひどい乾燥も治ります」(黒崎)

no 85

「SK-IIの“100回パッティング”を試してから、劇的に肌の調子がアップ。保水力の高い化粧水を“もうお腹いっぱい”となるまで肌に入れてケアします」(田村)

no 86

「このマスクはふき取り使用ですが、塗ったまま寝てもOK。ラクなのに抜群の効果があります」(草野) シスレーブラックローズクリームマスク 61g ¥14700

日焼け

no 81

「日光を浴びたと思った日は、トランスダーマCカシヤネルのルブランセラムを必ず。早めにケアすれば、紫外線の影響が肌に出ることはありません」(黒崎)

no 82

「日差しを浴びてしまったら、顔も体も焼けた部分はこれでケア」(黒崎) フィジカルサイエンスエレクトロフェイストリートメント 100g ¥5880/エルビュー

no 83

「ハワイへ行くときなど、一日2枚×宿泊数分の美白マスクを持参し、朝晩しっかり保湿&鎮静。最近の定番はヘレナのAG ホワイトマスクです」(前田)

敏感

no 78

「リーズナブルなので賢沢に。ローションパックも◎」(アガサ) ミノンアミノモイストモイストチャージローションII 150ml ¥1995/第一三共ヘルスケア

no 79

「過敏になったときは、ヘタに洗わずに馬油やシアバターなどをたっぷり塗ってバリアを形成。保護膜さえしっかりできていれば、肌は復活します」(稲葉)

no 80

「皮ムケレベルの荒れ肌になってしまったら、ロコベスリベアのクリームの出番。グゼールというより“理”レベルの鉄壁の膏で肌をガード」(読者・ミミ)